

CORSI MATTINA

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	Functional 7.30 - 8.30		Functional 7.30 - 8.30	Functional 7.30 - 8.30	
Pilates 8.30 - 9.30	Functional 8.30 - 9.30	Posturale 8.30 - 9.30	Functional 8.30 - 9.30	Posturale 8.30 - 9.30	Functional 8.30 - 9.30
Total Body 9.30 - 10.15			Total Body 9.30 - 10.15		
Functional 13.00 - 14.00	Mini-class 13.00 - 14.00	Functional 13.00 - 14.00	Mini-class 13.00 - 14.00	Functional 13.00 - 14.00	Functional 13.00 - 14.00

CORSI POMERIGGIO

SALA SPECCHI

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	Karate Kids 17.30 - 18.30		Karate Kids 17.30 - 18.30		
Donna Fit 18.10 - 19.00	GAG 18.35 - 19.25	Donna Fit 18.10 - 19.00	GAG 18.35 - 19.25		
Pilates Avanzato 19.10 - 20.00	Pilates 19.25 - 20.15	Pilates Avanzato 19.10 - 20.00	Pilates 19.25 - 20.15		
	Zumba 20.15 - 21.05		Zumba 20.15 - 21.05		

SALA TATAMI

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	Autodifesa 20.00 - 21.00		Autodifesa 20.00 - 21.00		

SALA NERA

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
					Kettlebell 15.30 - 16.30
Posturale 18.10 - 19.00	Functional 18.10 - 19.00	Posturale 18.10 - 19.00	Functional 18.10 - 19.00		
Cross X 19.10 - 20.00	Functional 19.10 - 20.00	Cross X 19.10 - 20.00	Functional 19.10 - 20.00		
Kettlebell 20.30 - 21.20	Mini-class 20.00 - 21.00	Kettlebell 20.30 - 21.20	Mini-class 20.00 - 21.00		